

ABSTRAK

Salah satu pengetahuan akan status gizi yang sering dilupakan adalah mengenai serat pangan. Mahasiswa kedokteran sebagai salah satu agen perubahan seharusnya memiliki pengetahuan mengenai serat yang memadai serta mampu memberi contoh pola makan yang sehat kepada masyarakat. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat gambaran tingkat pengetahuan dan perilaku pola makan serat pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan potong lintang. Subjek penelitian adalah seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba tahun ajaran 2015-2016. Jumlah sampel yang dipilih sebanyak 100 orang dengan cara *simple random sampling*. Instrumen penelitian adalah kuesioner tingkat pengetahuan dan perilaku asupan tinggi serat yang sudah divalidasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persentase tingkat pengetahuan serat responden pada kategori baik sebanyak 35%, kategori cukup sebanyak 28%, dan kategori kurang sebanyak 37%. Perilaku responden mengenai serat mayoritas tergolong dalam kategori buruk, yaitu 57% dan kategori baik sebanyak 43%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan perilaku pola makan serat mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba masih kurang. Hal ini dapat diakibatkan oleh faktor intrapersonal seperti persepsi, pengetahuan, sikap, motivasi, kepercayaan dan kepribadian serta faktor interpersonal seperti identitas, kurangnya dukungan dan tauladan dari keluarga, teman serta rekan kerja atau kolega.

Kata kunci: pengetahuan, perilaku, serat pangan

ABSTRACT

One knowledge of the nutrition that is often overlooked is about the importance of dietary fiber. Medical students as the agent of change should have sufficient knowledge about fibers to give examples of a healthy diet to the public. The purpose of this study was to describe the level of knowledge and behavior of dietary fiber intake on Faculty of Medicine students Unisba. This research was a descriptive study using cross sectional method. Subject of this research were 100 students of the Faculty of Medicine Unisba year 2015-2016 chosen by simple random sampling. The research instrument was a questionnaire about knowledge and behavior of fiber intake that has been validated. The results showed that the percentage of respondent's knowledge of fiber good categories as much as 35%, in fair categories as much as 28% and in poor categories as much as 37%. The majority of respondent behaviors regarding fiber's knowledge classified as bad at 57%, and good at 43%. The results showed that the level of knowledge and behavioral on dietary fiber for Unisba Faculty of Medicine students were not satisfactory. The cause can be intrapersonal factor such as, knowledge, attitudes, motivation, trust and personality and interpersonal factors such as identity, lack of support and family, friends, and co-workers or colleagues.

Keyword: behavior, knowledge, dietary fiber